

ΣΧΟΛΙΚΟΣ ΕΚΦΟΒΙΣΜΟΣ

Το φαινόμενο του σχολικού εκφοβισμού είναι η κακοποίηση και χρήση βίας μεταξύ συνομηλίκων στο σχολείο. Εμφανίζεται σε πολλές χώρες του κόσμου και στην Ελλάδα. Συμβαίνει σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης. Συναντάται και στα δυο φύλα ενώ υπάρχει και σε δημόσια αλλά και σε ιδιωτικά σχολεία.

Εκδηλώνεται συνήθως σε χώρους χωρίς επίβλεψη όπως διαδρόμους και αυλές. Τα αγόρια είναι συχνότερα από τα κορίτσια δράστες και θύματα. Οι δράστες είναι συνήθως συνομήλικοι με τα θύματα και περίπου ένα στα δέκα παιδιά φοβάται πως θα πέσει θύμα εκφοβιστικών περιστατικών. Τα αγόρια χρησιμοποιούν κυρίως την δύναμη ενώ τα κορίτσια χρησιμοποιούν την απομόνωση του παιδιού-θύματος από την παρέα.

Ο σχολικός εκφοβισμός έχει διάφορες μορφές.

Σωματική επιθετικότητα (χαστούκια, κλωτσιές, μπουνιές και σπρωξίματα).

Λεκτική επιθετικότητα (χειρονομίες, απειλές, βρίσιμο, κοροϊδία, ρατσιστικά σχόλια, ειρωνεία και σαρκασμό).

Συναισθηματική επιθετικότητα όπου περιλαμβάνει την σκόπιμη απομόνωση του παιδιού-θύματος και την εχθρική συμπεριφορά (όπως το να του παίρνουν, λερώνουν, κρύβουν, καταστρέφουν τα πράγματα του ή να το εκβιάζουν για χρήματα).

Ηλεκτρονικός εκφοβισμός εδώ έχουμε την χρήση κινητού με κλήσεις και μηνύματα, την χρήση ίντερνετ και τη χρήση κάμερας με απειλητικό και κακοποιητικό περιεχόμενο με σκοπό την ταπείνωση, την απειλή ή τον εκβιασμό του παιδιού.

Σεξουαλικός εκφοβισμός (προσβλητικά μηνύματα, λεκτική παρενόχληση, εικόνες και γράμματα, απειλές και ανεπιθύμητο άγγιγμα).

Μερικά από τα σημάδια που μας δείχνουν ότι κάποιο παιδί θυματοποιείται

Κάνει απουσίες ή κοπάνες από το σχολείο, αλλάζει η διάθεση του και γίνεται περισσότερο επιθετικός, καχύποπτος και λυπημένος. Μειώνεται η όρεξη του για φαγητό. Ο ύπνος του είναι διαταραγμένος και έχει εφιάλτες. Το πρωί αρνείται να πάει στο σχολείο και βρίσκει δικαιολογίες πως είναι άρρωστος. Ζητάει από τους γονείς του να το πάνε στο σχολείο αντί να πάει με τα πόδια ή να πάρει το λεωφορείο. Επιστρέφει σπίτι με σκισμένα ή λερωμένα ρούχα και βιβλία. Του λείπουν πράγματα. Ζητάει χρήματα ή τα κλέβει προφανώς για να τα δώσει στον θύτη. Μειώνεται η σχολική του επίδοση και φέρεται αμήχανα όταν λαμβάνει μηνύματα στο κινητό του.

Γιατί μερικά παιδιά εκφοβίζουν;

Τα παιδιά που εκφοβίζουν συνήθως νιώθουν δυστυχημένα και μειονεκτικά με αποτέλεσμα να θέλουν να προκαλέσουν πόνο στους άλλους. Επίσης μπορεί να ζηλεύουν. Ένας άλλος λόγος είναι ότι νομίζουν πως με αυτό τον τρόπο είναι δυνατοί και μάγκες και οι άλλοι θα εντυπωσιαστούν με αυτή τους την συμπεριφορά. Εδώ είναι σημαντικό να τονίσουμε πως η βία είναι μια αρνητική συμπεριφορά η οποία μαθαίνεται, άρα πολλά παιδιά τα οποία κακοποιούνται με ξυλοδαρμό από τους ίδιους τους γονείς μαθαίνουν να λειτουργούν με τον ίδιο απαράδεκτο τρόπο. Επίσης εδώ συμβάλει και η παραμέληση του παιδιού από τους γονείς του αλλά και τα μηνύματα που λαμβάνει το παιδί από την οικογένεια του. Τέλος επηρεάζει πολύ και η μίμηση κάποιων ηρώων με επιθετική συμπεριφορά είτε μέσω παιχνιδιών και κόμικς είτε μέσω έργων στην τηλεόραση και βιντεοπαιχνιδιών.

Συμβουλές για παιδιά θύματα

Όταν σε κοροϊδεύουν κοίταξε τους στα μάτια και μην δείξεις πως έχεις στενοχωρηθεί. Καλύτερα να φύγεις. Αν συνεχίζουν να σε ενοχλούν να πεις δυνατά <<άφησε με ήσυχο>> ή <<σταμάτα>> και μετά φύγε. Να έχεις στο μυαλό σου πως δεν φταις εσύ ούτε και να πιστεύεις αυτά που σου λένε αλλά να τονίζεις στον εαυτό σου τα θετικά στοιχεία του χαρακτήρα σου. Είναι καλό να έχεις έναν φίλο μαζί σου. Πες ότι αυτό που κάνει δεν είναι σωστό και ρώτησε αν θα του άρεσε να του κάνουν το ίδιο. Δεν είναι ντροπή να το συζητήσεις με κάποιο παιδί, δάσκαλο ή τους γονείς σου ώστε να λάβουν τα μέτρα τους. Όταν μιλήσεις και ζητήσεις βοήθεια θα νιώσεις καλύτερα και θα ηρεμήσεις.

Συμβουλές για παιδιά θύτες

Με το να εκφοβίζεις οι άλλοι σε φοβούνται και δεν σε συμπαθούν. Θα μείνεις σύντομα μόνος χωρίς παρέες και θα νιώσεις απογοήτευση. Η βία δεν έχει να σου προσφέρει κανένα θετικό στοιχείο. Πρέπει να συνειδητοποιήσεις τον λόγο που το κάνεις αυτό. Μήπως το κάνεις γιατί νιώθεις κατώτερος από τα άλλα παιδιά; ή γιατί έτσι νιώθεις πιο δυνατός; Μήπως ζηλεύεις; ή το κάνεις επειδή είσαι δυστυχημένος; Προσπάθησε να μπεις στη θέση του παιδιού που εκφοβίζεις και συνειδητοποίησε αν θα σου άρεσε να σου κάνουν κι εσένα κάποιοι άλλοι το ίδιο. Μπορείς να βελτιώσεις την συμπεριφορά σου αρκεί να μιλήσεις σε κάποιον για το πώς νιώθεις και τι σε απασχολεί ώστε να λυθεί αυτό το πρόβλημα.

Συμβουλές για γονείς που το παιδί τους εκφοβίζει άλλα παιδιά

Μόλις αντιληφθείτε την επιθετική συμπεριφορά σταματήστε το αμέσως. Μην χρησιμοποιήσετε βία γιατί δεν θα λυθεί έτσι το πρόβλημα. Εφαρμόσετε όρια, θετική ενίσχυση στη σωστή συμπεριφορά και ποινές στην αρνητική συμπεριφορά. Συζητήστε με το παιδί σας σε ήρεμο χώρο και με ήπιο τρόπο τις επιπτώσεις που έχει αυτή η αρνητική συμπεριφορά και βοηθήστε το να σας πει με τον τρόπο σας γιατί το κάνει αυτό. Γίνεται οι ίδιοι σωστά πρότυπα για το παιδί σας και διδάξτε του τους κανόνες σωστής συμπεριφοράς. Προσπαθήστε να το στηρίξετε ψυχολογικά.

Συμβουλές για γονείς που το παιδί τους εκφοβίζουν από άλλα παιδιά

Δώστε του την ευκαιρία να σας μιλήσει και πείτε του πως δεν φταίει αυτό για ότι του συμβαίνει. Καλό θα ήταν το παιδί να λαμβάνει μέρος σε εξωσχολικές δραστηριότητες όπως κατασκηνώσεις, προσκοπισμό, καλλιτεχνικά και αθλητισμό ώστε να γνωρίσει νέους φίλους και να τονωθεί η χαμηλή του αυτοεκτίμηση. Να τονίζετε τα θετικά του στοιχεία και διδάξτε του πως πρέπει να λειτουργεί όταν κάποιος άλλο παιδί το εκφοβίζει. Επίσης να μάθει να ζητάει την βοήθεια σας όταν έχει προβλήματα.

Συμβουλές για εκπαιδευτικούς

Μην αγνοείτε το πρόβλημα αλλά αναγνωρίστε το. Είναι πρόβλημα σχολικής πειθαρχίας και ευθύνη του σχολείου και του εκπαιδευτικού να το αντιμετωπίσει και να ενημερώσει τις σχολικές υπηρεσίες αν το πρόβλημα είναι έντονο. Θα πρέπει να μιλήσετε ξεχωριστά στο παιδί-θύτη, ξεχωριστά στο παιδί-θύμα και ξεχωριστά μέσα στην τάξη για τον σχολικό εκφοβισμό. Επίσης θα πρέπει να παροτρύνετε τα παιδιά να σας μιλήσουν για ανάλογα φαινόμενα. Ενδιαφερθείτε και δράστε προληπτικά. Μάθετε τους κανόνες καλής συμπεριφοράς και τις κυρώσεις που θα υπάρξουν σε ανάλογες περιπτώσεις. Το σχολείο πρέπει να είναι πηγή μάθησης αλλά και να μαθαίνει τρόπους καλής συμπεριφοράς, διαγωγής και πολιτισμού.

Μην υποτιμάτε τις συνέπειες που μπορεί να έχει ο σχολικός εκφοβισμός στο παιδί σας. Αν υπάρξει τραυματισμός είτε σωματικός είτε ψυχολογικός να ενημερώσετε το σχολείο, τους γονείς του παιδιού-θύτη και την αστυνομία. Αν δεν λυθεί το πρόβλημα θα πρέπει να αλλάξετε σχολείο. Καλό θα ήταν να ζητηθεί βοήθεια από ειδικό ώστε να αποφθεχθούν ψυχολογικά προβλήματα είτε το παιδί σας είναι θύμα, είτε είναι θύτης. Το παιδί σας έχει ανάγκη για να αποδώσει στο σχολείο ένα περιβάλλον ευχάριστο και ασφαλές.

ΠΗΓΕΣ

- Περιοδικό <<Απαντήσεις για την σύγχρονη οικογένεια>>, Τεύχος 40. Δεκέμβριος 2006.
- Kidscape “Advice for teachers-Bullying” Kidscape, UK, 2004.
- Kidscape “Anti-bullying policy for schools” Kidscape, UK, 2005.